

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KEMATANGAN
EMOSI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN
NASIONAL PADA SISWA KELAS XII SMA NASIONAL PATI**

SKRIPSI



Disusun Oleh:

SRI SURYANI
2008-60-020

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MURIA KUDUS**

2012

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KEMATANGAN
EMOSI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN
NASIONAL PADA SISWA KELAS XII SMA NASIONAL PATI**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat-Syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**



Disusun Oleh:

SRI SURYANI
2008-60-020

FAKULTAS PSIKOLOGI

HALAMAN PENGESAHAN

**Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus Dan Diterima Untuk Memenuhi
Sebagian Syarat-Syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana Psikologi**

Pada Tanggal :

22 SEPTEMBER 2012

Mengesahkan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus

Dekan



(Trubus Raharjo, S.Psi, M.Si)

Dewan Penguji

- 1. Trubus Raharjo, S.Psi, M.Si**
- 2. Iranita Hervi M, S.Psi, M.Si**
- 3. Latifah Nur Ahyani, S.Psi, M.A**

Tanda Tangan



**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KEMATANGAN
EMOSI DENGAN KECEMASAN DALAM MENGHADAPI UJIAN
NASIONAL PADA SISWA KELAS XII SMA NASIONAL PATI**

Yang diajukan oleh :

SRI SURYANI

2008-60-020

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Dewan Penguji

Telah di setujui oleh :

Pembimbing Utama



Trubus Raharjo, S.Psi, M.Si


Tanggal.....

Pembimbing Pendamping

Mochamad Widjanarko, S.Psi, M.Si

Tanggal.....

Motto

 Bermimpilah setinggi langit jangan pernah takut untuk terjatuh. Rasa sakit yang kita rasakan, membuat kita kuat menghadapi kenyataan. Dengan Niat, Kepakinan dan Usaha adalah kunci dari Kesuksesan.

Persembahan

Karya sederhana ini aku persembahkan kepada:

1. Bapak dan Ibu tercinta yang senantiasa memberikan kasih sayang dan do'anya.
2. Kakak-kakakku tercinta yang telah memberikan dorongan untuk setiap jalanku.
3. Mas Feyen, Indy Ariety dan orang-orang yang menyayangiku yang telah memberikan semangat untukku.
4. Serta untuk Almamater UMS.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrohmanirrohim

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia serta hidayah-Nya yang tiada batas, dengan ridho-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kematangan Emosi dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Nasional Pada Siswa Kelas XII SMA Nasional Pati”, untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana S.1 dalam bidang Psikologi.

Penulis menyadari bahwa dalam menyelesaikan skripsi ini tidak lepas dari perhatian, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak yang sungguh berarti dan berharga bagi penulis, baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Trubus Raharjo, S.Psi. M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muria Kudus serta selaku pembimbing pertama yang telah bersedia meluangkan waktu disela kesibukannya untuk membimbing, memberikan petunjuk dan memberikan banyak wawasan serta ide-ide cerdas pada penulis.
2. Bapak Mochamad Widjanarko, S.Psi, M.Si selaku pembimbing pendamping, yang telah berkenan meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan masukan dari awal hingga akhir penulisan skripsi ini.
3. Bapak Muji Syukur, S.Psi selaku pengolah data SPSS yang telah bersedia membantu dalam pengolahan data.

4. Para dosen/ Staf Pengajar di lingkungan Universitas Muria Kudus, khususnya di Fakultas Psikologi yang telah memberikan berbagai informasi dalam penyusunan skripsi ini.
5. Pak Prau dan Bu Munce terima kasih atas canda dan tawanya yang telah diberikan sehingga penulis merasa betah dan berat untuk meninggalkan semuanya.
6. Bapak/ Ibu guru dan Bapak Kepala Sekolah SMA Nasional Pati, terima kasih atas ijin yang diberikan untuk melakukan penelitian sampai masa penyusunan skripsi penulis selesai.
7. Bapak dan ibu terima kasih atas cinta dan kasih sayangmu yang senantiasa mendo'akan dalam setiap langkah terutama pada saat studi dan penyusunan skripsi ini.
8. Kakak-kakakku (Mas Supri dan Mbak Uut) yang telah mendoakan dan memberikan dukungan untukku dalam penyusunan skripsi ini.
9. Mas Yeyen yang selalu memberi nasehat, menyumbangkan tenaga, memberikan dukungan dan do'anya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dan semoga kita selalu menjadi satu keluarga yang harmonis.
10. Indy Aristy gadis mungil nan cantik dengan kehadiranmu, memberikan semangat dan pantang menyerah dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Sahabat-sahabatku yang kocak (ida, atina, rini, rina, una, muf, jupy, noe, yadi, opick) kalian semua adalah teman-teman yang memberikan warna dalam hidupku.

12. Kakak-kakak semester atas yang tidak bisa disebutkan satu persatu terima kasih atas keceriaan, bantuan, informasi-informasi yang diberikan dan dukungannya.

13. Adik-adik semester yang selalu ramah dan *welcome* terhadap penulis.

Atas bantuan yang telah diberikan, penulis ucapkan terima kasih, semoga mendapat ridho dan balasan dari Allah SWT dan semoga karya sederhana ini dapat bermanfaat. AMIIIIIN

Demikianlah, semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi kemaslahatan ummat. Akhir kata penulis mohon maaf, apabila selama penulisan skripsi ini banyak melakukan kekhilafan.

Alhamdulillahirobbil'alamin.

Kudus, September 2012

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAKSI	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Tujuan Penelitian	11
C. Manfaat Penelitian	11
1. Manfaat Teoritis	11
2. Manfaat Praktis	11
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Kecemasan	12
1. Pengertian Kecemasan.....	12
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kecemasan	15

3. Aspek-Aspek Kecemasan.....	17
B. Dukungan Sosial.....	18
1. Pengertian Dukungan Sosial	18
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial	20
C. Kematangan Emosi.....	24
1. Pengertian Kematangan Emosi	24
2. Ciri-ciri Kematangan Emosi	26
D. Hubungan Antara Dukungan Sosial dan Kematangan Emosi dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian Nasional pada Siswa Kelas XII	29
E. Hipotesis.....	33
BAB III. METODE PENELITIAN.....	35
A. Identifikasi Variabel.....	35
B. Definisi Operasional Variabel.....	35
1. Kecemasan	36
2. Dukungan Sosial	36
3. Kematangan Emosi	37
C. Populasi dan Sampel	38
D. Metode dan Alat Pengumpulan Data	39
E. Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	46
1. Validitas	46
2. Reliabilitas	46
F. Metode Analisis	47

BAB IV. HASIL PENELITIAN	48
A. Orientasi Kancan Penelitian.....	48
B. Persiapan Penelitian	50
1. Persiapan Alat Pengumpul Data.....	51
2. Perijinan Penelitian	53
3. Pelaksanaan Penelitian	54
4. Perhitungan Validitas dan Reliabilitas	55
C. Analisis Data	59
1. Uji Normalitas Sebaran	59
2. Uji Linieritas Hubungan.....	60
3. Uji Hipotesis	62
D. Pembahasan.....	64
BAB V. PENUTUP.....	69
A. Simpulan	69
B. Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN.....	74

DAFTAR TABEL

	Halaman
TABEL 1 <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional.....	40
TABEL 2 <i>Blue Print</i> Skala Dukungan Sosial.....	42
TABEL 3 <i>Blue Print</i> Skala Kematangan Emosi.....	44
TABEL 4 <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Sebelum Uji Coba.....	51
TABEL 5 <i>Blue Print</i> Skala Dukungan Sosial Sebelum Uji Coba.....	52
TABEL 6 <i>Blue Print</i> Skala Kematangan Emosi Sebelum Uji Coba.....	53
TABEL 7 Sebaran Item Skala Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional yang Valid dan Gugur.....	55
TABEL 8 <i>Blue Print</i> Skala Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional Setelah Uji Coba.....	56
TABEL 9 Sebaran Item Skala Dukungan Sosial yang Valid dan Gugur...	56
TABEL 10 <i>Blue Print</i> Skala Dukungan Sosial Setelah Uji Coba.....	57
TABEL 11 Sebaran Item Skala Kematangan Emosi yang Valid dan Gugur.....	58
TABEL 12 <i>Blue Print</i> Skala Kematangan Emosi Setelah Uji Coba.....	58
TABEL 13 Hasil Uji Normalitas Sebaran.....	60
TABEL 14 Uji Linieritas Hubungan Dukungan Sosial dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional.....	60
TABEL 15 Uji Linieritas Hubungan Kematangan Emosi dengan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional.....	61
TABEL 16 Uji Hipotesis Mayor.....	62
TABEL 17 Uji Hipotesis Minor 1.....	63
TABEL 18 Uji Hipotesis Minor 2.....	63

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

LAMPIRAN A Data Try out

A – 1 Data Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional

A – 2 Data Dukungan Sosial

A – 3 Data Kematangan Emosi

LAMPIRAN B Validitas dan Reliabilitas

B – 1 Validitas dan Reliabilitas Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional

B – 2 Validitas dan Reliabilitas Dukungan Sosial

B – 3 Validitas dan Reliabilitas Kematangan Emosi

LAMPIRAN C Data Penelitian

C – 1 Data Valid Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional

C – 2 Data Valid Dukungan Sosial

C – 3 Data Valid Kematangan Emosi

C – 4 Data Valid Total

LAMPIRAN D Uji Asumsi

D – 1 Uji Normalitas

D – 2 Uji Linieritas

LAMPIRAN E Uji Analisis Regresi

LAMPIRAN F Skala Penelitian

F – 1 Skala Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional

F – 2 Skala Dukungan Sosial

F – 3 Skala Kematangan Emosi

LAMPIRAN G Surat Ijin Penelitian

ABSTRAKSI

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DAN KEMATANGAN EMOSI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN NASIONAL PADA SISWA KELAS XII SMA NASIONAL PATI

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empirik hubungan antara dukungan sosial dan kematangan emosi dengan kecemasan menghadapi ujian nasional pada siswa kelas XII. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII yang ada di SMA Nasional Pati dengan jumlah subyek 89 siswa. Teknik pengambilan sampelnya menggunakan *cluster sampling*. Alat ukur yang digunakan untuk memperoleh data adalah skala kecemasan menghadapi ujian nasional, skala dukungan sosial dan skala kematangan emosi.

Hasil analisis data dengan menggunakan *analisis regresi* dimana perhitungan menggunakan komputer dengan program *SPSS 15,0 for windows*, diperoleh hasil koefisien korelasi dari ketiga r_{xy} sebesar 0,393 dengan p sebesar 0,001 ($p < 0,01$), yang artinya ada hubungan yang sangat signifikan antara dukungan sosial dan kematangan emosi dengan kecemasan menghadapi ujian nasional. Sumbangan efektif dukungan sosial dan kematangan emosi secara bersama-sama terhadap kecemasan menghadapi ujian nasional sebesar 15,4%. Adapun sumbangan efektif dukungan sosial terhadap kecemasan menghadapi ujian nasional sebesar 8,5% dan sumbangan efektif kematangan emosi terhadap kecemasan menghadapi ujian nasional sebesar 1,4%.

Kata kunci : Dukungan Sosial, Kematangan Emosi dan Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional.